

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL, RESILIENSI
DAN STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI
ANAK AUTIS**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
Pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

DEANNIRA PUTRI SALSABILA

F100150009

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL, RESILIENSI DAN STRES
PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTIS**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

DEANNIRA PUTRI SALSABILA

F100150009

Telah diperiksa dan disetujui oleh :

Dosen Pembimbing



Dr. Wiwien Dinar P, M.Si, Psi

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL, RESILIENSI, DAN STRES
PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTIS**

OLEH

DEANNIRA PUTRI SALSABILA

F100150009

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal 9 Mei 2019
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Dr. Wiwien Dinar P, M.Si, Psi

(Ketua Dewan Penguji)

2. Drs. Sholeh Amini, M.Si, Psi

(Penguji Pendamping I)

3. Setiyo Purwanto, S.Psi, M.Si, P.Si

(Penguji Pendamping II)



Dekan,

Susatyo Yuwono, S.Psi., M.Si, Psi

NIP. 838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapt karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu pada dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 30 April 2019

Yang menyatakan,



DEANNIRA PUTRI SALSABILA
F100150009

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL, RESILIENSI DAN STRES PENGASUHAN PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK AUTIS

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis dan bersekolah di SLB. Hipotesis yang diajukan ada 2 yaitu hipotesis mayor ada hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi dengan stres pengasuhan. Hipotesis minor ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan dan ada hubungan negatif antara resiliensi dengan stres pengasuhan. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 45 ibu yang memiliki anak autis dan bersekolah di SLB. Alat ukur berupa skala dukungan sosial, skala resiliensi dan skala stres pengasuhan. teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi. Hasil uji hipotesis mayor ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi dengan stress pengasuhan, ditunjukkan dengan nilai $R = 0,854$. Hasil uji hipotesis minor ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan, ditunjukkan dengan nilai $r = -0,558$, semakin tinggi dukungan sosial maka tingkat stres pengasuhan akan semakin rendah. Ada hubungan negatif yang signifikan antara resiliensi dengan stres pengasuhan ditunjukkan dengan nilai $r = -0,849$, semakin tinggi resiliensi maka stres pengasuhan akan semakin rendah. Tingkat dukungan sosial subjek tergolong sedang, ditunjukkan oleh rerata empirik sebesar 71,86. Tingkat resiliensi subjek tergolong tinggi, ditunjukkan oleh rerata empirik 121,4. Tingkat stres pengasuhan subjek tergolong rendah, ditunjukkan oleh rerata empirik sebesar 45,94. Sumbangan efektif (SE) dukungan sosial sebesar 31,13% dan resiliensi sebesar 72,08%. Untuk dukungan sosial dan resiliensi sebanyak 72,9%, hal ini menunjukkan masih terdapat 27,92% faktor lain yang mempengaruhi stres pengasuhan.

Kata kunci: Autis, dukungan sosial, resiliensi, stres pengasuhan

Abstract

The purpose of this research is to know the correlation between social support and resilience with parenting stress in mothers of children with autism and educated in special schools.. There are 2 hypotheses proposed, the major hypothesis there is a correlation between social support and resilience with parenting stress. the minor hypothesis is that there is a negative correlation between social support with parenting stress and a negative correlation between resilience with parenting stress. Subjects in this study were 45 mothers of children with autism and educated in special schools. The measuring instrument used in this research is: scale of social support, scale of resilience and scale of parenting stress. Data analysis technique used in this research is regression analysis. The result of the major hypothesis test have a significant correlation between sosial support and resilience with parenting stress, indicated by the value $R = 0,854$. The result of the

minor hypothesis test have a significant negative correlation between social support with parenting stress, indicated by the value $r = -0,558$. the higher social support, the lower level of parenting stress. there is a significant negative correlation between resilience with parenting stress, indicated by the value $r = -0,849$, the higher resilience, the stress of parenting will be lower. The level of subject social support is classified as moderate, indicated by an empirical mean of 71.86. The level of resilience of the subject is classified as high, indicated by an empirical mean of 121,4. The stress level of subject care is low, indicated by mean empirical amounted to 45,94. The effective contribution (SE) of social support was 31.13% and resilience was 72.08%. For social support and resilience as much as 72.9%, this shows that there are still 27.92% of other factors that influence parenting stress.

Keywords: Autism, social support, resilience, parenting stress

1. PENDAHULUAN

Seseorang yang menikah dan memiliki anak merupakan salah satu dari sekian banyak anugerah Tuhan Yang Maha Esa. Namun ketika anak yang dilahirkan ternyata memiliki kebutuhan khusus, maka dibutuhkan kesiapan khusus orangtua untuk mengasuh anaknya. Contohnya memiliki anak dengan gangguan autis. *Autism Spectrum Disorder* (ASD) atau biasa disebut sebagai autis adalah gangguan perkembangan pada anak-anak dimana mereka seolah-olah hidup dalam dunianya sendiri, hal ini ditandai dengan ketidakmampuan anak untuk berinteraksi sosial dengan lingkungan yang ada (Muniroh, 2010).

Data dari UNESCO di tahun 2011 tercatat bahwa 6 dari 1000 orang di dunia mengidap autis, ini berarti 35 juta orang di dunia menyandang autis (Diah, 2014). Institut Riset Anak Murdoch melakukan penelitian dan mendapati ada 1.5 persen semua anak berumur 10-11 tahun dan 2.5 persen untuk anak berusia 4-5 tahun di Australia yang menunjukkan gejala autis (Antara, 2017). Jumlah anak penyandang autis yang dipaparkan oleh Bina Upaya Kesehatan (BUK) diperkirakan pada rentang usia 5-19 tahun terdapat lebih dari 112 ribu (Melisa, 2013). Sutadi dan Aba (2017) mengungkapkan bahwa di Indonesia anak penyandang autis diperkirakan mencapai 2,4 juta orang dengan pertambahan 500 orang pertahun. Kepala Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga Surakarta, Etty Retnowati menyebutkan bahwa di Surakarta sekitar 100 orang dinyatakan sebagai autis (Primartantyo, 2014).

Departemen kesehatan (2016) menyarankan kepada orangtua yang memiliki anak autis harus lebih bersabar karena anak autis memerlukan waktu yang cukup panjang untuk mengikuti terapi dan juga pembinaan. Sumarni (2017) bercerita bahwa terkadang dia sulit memahami perilaku anaknya yang berlebihan seperti menangis, mandi dan bermain air di malam hari sehingga membuatnya tidak bisa tidur. Anaknya juga sering berlari-lari dan tidak bisa diam sehingga harus selalu mengawasi supaya tidak terjadi hal-hal yang membahayakan pada anak. Setiap hari ia hanya tidur beberapa jam sehingga sangat lelah dan juga sedih karena memikirkan masa depan anaknya.

Davis & Carter (2008) menyatakan bahwa tingkat stres yang lebih tinggi dimiliki oleh orangtua dengan anak autis dibandingkan pada orangtua dengan anak penyandang keterbatasan lainnya. Secara spesifik, ibu mengalami stres yang lebih besar daripada ayah (Tehee, Honan, & Hevey, 2009).

Menurut Handoyo (2003) anak autis memiliki kecenderungan untuk berperilaku berlebihan atau berkekurangan, berbeda untuk masing-masing anak. Perilaku ini menyebabkan ibu yang memiliki anak autis harus ekstra 24 jam mengawasi anaknya. Boyd, dkk (dalam Burrows, 2010) menyebutkan bahwa ibu yang memiliki anak autis membutuhkan usaha untuk mengatasi permasalahan yang sering muncul ketika menghadapi perilaku anaknya jika ingin terhindar dari stres

Febrianti (2014) memaparkan dalam penelitiannya bahwa individu yang memiliki resiliensi tinggi akan mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi sehingga stres yang timbul menjadi rendah karena mereka mampu keluar dari masalah dengan cepat dan tidak merasa terbebani dengan perasaan sebagai korban keadaan dan sanggup mengambil keputusan dalam situasi sulit.

Baristol; Weiss (dalam Fitriani & Ambarini, 2013) dukungan sosial yang rendah tentu akan membuat stres pengasuhan menjadi lebih tinggi. Dukungan sosial mampu menjadi pelindung dari gangguan kesehatan mental, seperti stres. Individu dengan dukungan sosial yang kurang memadai menjadi lebih mudah mengalami gangguan psikologis maupun gangguan fisik (Bozo, Ozlem, Toksabay, N, dan Oya Kurum dalam Andarini & Fatma, 2013).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti mengajukan rumusan permasalahan “apakah ada hubungan antara dukungan sosial, resiliensi dan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis?”. Untuk menjawab rumusan permasalahan tersebut peneliti mengajukan judul yaitu “Hubungan antara Dukungan Sosial, Resiliensi, dan Stres Pengasuhan pada Ibu yang Memiliki Anak Autis”.

Definisi dari stres pengasuhan adalah stres yang dihadapi oleh orangtua dalam mengasuh anak yang ditandai dengan serangkaian perilaku dan komunikasi yang mempengaruhi kehidupan pribadi dan keluarga (Dabrowska & Pisula, 2010). Menurut Abidin (dalam Ahern & Lisa, 2004) stres pengasuhan ialah perasaan tegang dan cemas yang berlebihan yang dialami oleh orangtua karena berhubungan dan berinteraksi langsung dengan anaknya. Aspek-aspek stres pengasuhan dari Abidin (dalam Ahern & Lisa, 2004) meliputi *The Parent Distress*, *The Difficult Child* dan *The Parent-Child Dysfunctional Interaction*.

Definisi dukungan sosial menurut Handoyo (2001) adalah peran individu lain yang bisa dimintai tolong berupa semangat dan toleransi saat dihadapkan pada suatu kesulitan atau suatu masalah. Menurut Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988) dukungan sosial diartikan sebagai persepsi individu akan ketersediaan dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang terdekat. Aspek-aspek dukungan sosial dari House (dalam Cooper, Dewe & O’Driscoll, 2001) terdiri atas aspek-aspek dukungan sosial meliputi dukungan informatif, dukungan instrumental, dukungan penghargaan dan dukungan emosional.

Definisi resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) mengatakan bahwa resiliensi adalah kapasitas individu dalam menanggapi secara positif dan produktif ketika mengalami kesulitan atau tekanan. Menurut Jackson dan Watkin (2004) resiliensi pada individu menentukan keberhasilan atau kegagalan dalam kehidupannya. Aspek-aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002) meliputi pengendalian emosi, kemampuan mengontrol impuls, kemampuan berempati, kemampuan menganalisis penyebab suatu masalah, kemampuan meraih apa yang diinginkan, dan *Self Efficacy*.

Berikut adalah bagan hubungan dukungan sosial, resiliensi dan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis. Keterangan ↓; rendah, ↑ tinggi.



Gambar 1. Dinamika Psikologis

Berdasarkan teori yang telah dikemukakan diatas maka penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut: hipotesis mayor “ada hubungan antara dukungan sosial, resiliensi dan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis” dan hipotesis minor “ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis”, dan “ada hubungan negatif antara resiliensi dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis”.

2. METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan menggunakan alat ukur skala dukungan sosial, skala resiliensi, dan skala stres pengasuhan. Subjek dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki anak autis di SLB Autis Alamanda, SLB Autis Agca Center, SLB Harmony, dan SLB BIAS Special School yang berjumlah 45 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan *purposive sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dan teknik analisis regresi didapatkan hasil R sebesar 0,854 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi dengan stres pengasuhan yang sesuai dengan hipotesis mayor yang telah diajukan oleh peneliti yaitu adanya hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi dengan stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autis dan sesuai

dengan faktor-faktor stres pengasuhan yang diungkap oleh Andarika (2004) yaitu faktor eksternal salah satunya berupa *social support* dan dari faktor internal *self-efficacy* yang merupakan salah satu dari aspek-aspek resiliensi yang ada. Kemudian berdasarkan koefisien korelasi (r) dukungan sosial dengan stres pengasuhan sebesar -0,558 dengan taraf signifikansi (p) 0,000 dimana $p < 0,01$ yang artinya ada hubungan yang negatif antara dukungan sosial dan stres pengasuhan, sedangkan koefisien korelasi (r) resiliensi dengan stres pengasuhan sebesar -0,849 dengan taraf signifikansi (p) 0,000 dimana $p < 0,01$ yang artinya ada hubungan yang negatif antara resiliensi dengan stres pengasuhan, hal ini sesuai dengan hipotesis minor yang diajukan oleh peneliti yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan dan ada hubungan negatif antara resiliensi dengan stres pengasuhan yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka akan semakin rendah stres pengasuhannya, dan semakin tinggi resiliensi maka akan semakin rendah stres pengasuhannya. Weiss (2013) menyatakan bahwa tingkat stres pada ibu yang memiliki anak autisme cenderung rendah karena adanya dukungan sosial yang tinggi. Febrianti (2014) yang mengungkapkan bahwa individu dengan resiliensi tinggi mampu untuk beradaptasi dengan perubahan yang terjadi sehingga menyebabkan tingkat stres menjadi lebih rendah.

Hasil kategorisasi dalam penelitian ini didapatkan bahwa dukungan sosial pada ibu yang memiliki anak autisme tergolong kategori sedang dengan hasil rerata empirik (RE) 71,86, resiliensi tergolong kategori tinggi dengan hasil rerata empirik (RE) 121,4, stres pengasuhan tergolong kategori rendah dengan hasil rerata empirik (RE) 45,94. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah tingkat stres pengasuhan pada ibu yang memiliki anak autisme tergolong rendah, tingkat dukungan sosial tergolong sedang tetapi tingkat resiliensi tergolong tinggi.

Hasil penelitian ini menyatakan bahwa sebanyak 72,9% stres pengasuhan dipengaruhi oleh dukungan sosial dan resiliensi, sedangkan 27,1% stres pengasuhan dipengaruhi oleh faktor lainnya. Menurut hasil penelitian ini resiliensi paling berpengaruh dibandingkan dengan dukungan sosial, karena resiliensi memiliki pengaruh sebesar 72,07% dan dukungan sosial hanya 31,13%.

4. PENUTUP

Ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi dengan stres pengasuhan. Ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan stres pengasuhan yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka stres pengasuhan akan semakin rendah, dan ada hubungan negatif antara resiliensi dengan stres pengasuhan yang artinya semakin tinggi resiliensi maka stres pengasuhan akan semakin rendah.

Sumbangan efektif atau peranan dukungan sosial dan resiliensi terhadap stres pengasuhan adalah sebesar 72,9% sisanya sebanyak 27,1% dipengaruhi oleh faktor lain diluar variabel dukungan sosial dan resiliensi. Subjek penelitian memiliki tingkat dukungan sosial tergolong sedang dan stres pengasuhan tergolong rendah, sedangkan tingkat resiliensi tergolong tinggi.

Bagi ibu diharapkan untuk berpikir positif ketika keadaan sulit atau tertekan supaya tetap mampu untuk mencari solusi yang tepat. Ibu yang memiliki anak autis diharapkan dapat membuat suatu kelompok orangtua sehingga ibu dapat berbagi informasi mengenai autis. Dukungan dari sesama orangtua akan saling menguntungkan karena merasa ada kesamaan keadaan,

Bagi pihak sekolah diharapkan tidak hanya melaksanakan program kerja pendidikan atau keterapisan tetapi juga dengan membangun komunikasi dengan orangtua murid, hal ini dapat dilakukan dengan cara menambah praktisi psikolog. Psikolog dapat memberikan pengarahan bagi orangtua untuk dapat menetapkan penanganan terbaik apa yang sebaiknya diberikan kepada anak-anak mereka..

Bagi peneliti lain yang ingin meneliti dengan variabel yang sama diharapkan memperbanyak sampel penelitian agar data yang diperoleh dapat lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Ahern, Lisa, S. 2004. Psychometric Properties of The Parenting Stress Index-Short Form. Diakses dari <http://repository.lib.ncsu.edu/ir/handle/1840.16/2765> pada tanggal 26 Januari 2019.

- Andarika, R. 2004. Burnout pada Perawat Putri RS. ST Elisabeth Semarang ditinjau dari Dukungan Sosial. *Journal PSYCHE*. 1(1).1-8.
- Cooper, C. L., Dewe, P. J., & O'Driscoll, M. P. (2001). *Organizational Stress: A Review and Critique of Theory, Research, and Applications*. California: Sage Publications.
- Dabrowska, A., & Pisula, E. (2010). Parenting Stress and Coping Styles in Mothers and Fathers of Pre-School Children with Autism and Down Syndrome. *Intellectual Disability Research* , 54(3), 266-280.
- Davis, N. O., & Carter, A. S. (2008). Parenting Stress in Mothers and Fathers of Toddlers with Autism Spectrum Disorders: Associations with Child Characteristics. *Autism Development Disorder* , 38, 1278-1291.
- Diah, S. (2014). Diagnosis Akurat, Pendidikan Tepat dan Dukungan Kuat untuk Menciptakan Masa Depan Anak Autis yang Lebih Baik. Diakses dari <http://www.republika.co.id/berita/nasional/umum/13/04/11/mkz2un112000-anak-indonesia-diperkirakan-menyandang-autisme> pada tanggal 5 November 2018
- Febrianti. (2014). *Hubungan antara Resiliensi dengan Stres pada Pasien Penyakit Kronis di Rumah Sakit Advent Bandung*. Skripsi.
- Fitriani, A., & Ambarini, T. K. (2013). Hubungan antara Hardiness dengan Tingkat Stres Pengasuhan pada Ibu dengan Anak Autis. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* , 2(2), 34-40.
- Handoyo, S. (2001). Stres pada Masyarakat Surabaya. 3(2).
- Jackson, R. & Watkin, C. 2004. The resilience inventory: Seven essential skills for overcoming life's obstacles and determining happiness. *Selection & Development Review*. 20(6).
- Melisa, F. 2013. 112.000 Anak Indonesia Diperkirakan Menyandang Autisme. Diakses dari <https://republika.co.id/berita/nasional/umum/13/04/09/mkz2un-112000-anak-indonesia-diperkirakan-menyandang-autisme> pada 12September 2018.
- Muniroh, S. M. (2010). Dinamika Resiliensi Orangtua Anak Autis. *Jurnal Penelitian*, 7(2), 1-9.
- Primartantyo.(September, 2014). 100 Anak di Surakarta diperkirakan Autis. Diakses dari <https://nasional.tempo.co/read/608307/100-anak-di-surakarta-diperkirakan-autis/full&view=ok> pada 11 Mei 2019.

- Reivich, K. dan Shatte, A. (2002) *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books.
- Sumarni, T. (2017). *Super Anggita: Perjuangan Seorang Ibu Mendidik Anaknya yang Autis*. Yogyakarta: PSIBK Universitas Sanata Dharma.
- Southwick, P. C. (2001). *The Tao of Resilience*. dikutip dari: <http://www.geocities.com/ionam/chaosophy4/Resilience/resilience.html>.
- Tehee, E., Honan, R., & Hevey, D. (2009). Factors contributing to stress in parents of individuals with autistic spectrum disorders. *Journal of Applied Research Intellectual Disabilities* , 22, 34-42.
- Weiss, T. (2013). Personal transformation: posttraumatic growth and gerotranscendence. *Journal of Humanistic Psychology*, 54 (2)
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment* , 52, 30-41.